保証とアフターサービス（よくお読みください）

修理・お取り扱い・お手入れ
などのご相談は…
まず、お買い上げの販売店へ
お申し付けください

相談先がなくお困りの場合は…

●修理は、サービス会社・販売会社の「修理ご相談センター」へ!
●使いかた・お買い物などのお問い合わせは、「お客様ご相談センター」へ!

保証書（別添付）

お買い上げ日・販売店名などの記入を必ず確かめ、お買い上げの販売店からお受け取りください。よくお読みのあと、保管してください。

保証期間:お買い上げ日から1年間
但し、一般家庭用以外（例えば業務用など）に使用された場合は、保証期間内でも有料とさせて頂きます。

補修用性能部品の保有期間

当社は、このナショナル 乗馬フィットネス機器の補修用性能部品を製造打ち切り後5年保有しています。
注）補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

修理を依頼されるとき

22～23ページの「故障かな?と思ったら」の表に従ってご確認のあと、直らないときは、まず電源プラグを抜いて、お買い上げの販売店へご連絡ください。

●保証期間中は
保証書の規定に従って、出張修理をさせていただきます。

●保証期間を過ぎているときは
修理すれば使用できる製品については、ご要望により修理させていただきます。下記修理料金の仕組みをご参照のうえ、ご相談ください。

●修理料金の仕組み
修理料金は、技術料・部品代・出張料などで構成されています。

技術料 は、診断・故障個所の修理および部品交換・調整・修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。
部品代 は、修理に使用した部品および補助材料代です。
出張料 は、製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。

●ご連絡いただきたい内容
●製品名　●品番
●お買い上げ日　●故障の状況（できるだけ具体的に）

地球の環境保護の為、廃棄するときはそのまま放置しないで各自治体の取り決めにしたがってください

松下電工お客様ご相談窓口のご案内

修理・お手入れ・お取扱い・工事などのご相談は、まずお買い求めの販売店・工事店へお申し付けください。

・相談先がなくお困りの場合は、商品名・品番をご確認の上、下記窓口へ

修理・部品などのご相談は

修理ご相談センター

ナビダイヤル（全国共通番号）0570-081-365（ハイ 365日）
全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます。
365日／受付9時～20時

ただし、携帯電話・PHS等は下記の電話番号へおかけください。
〒571-8686 大阪府門真市門真1048
松下電工テクノサービス（株）
大阪 ☎06-6906-1090
札幌 ☎011-261-6401（転）　名古屋 ☎052-551-7900（転）
東京 ☎03-5392-7190（転）　福岡 ☎092-622-0531（転）

使いかた・お買い物などのご相談

ナショナル パナソニック　お客様ご相談センター

365日／受付9時～20時
電話 フリーダイヤル 0120-878-365（パナは 365日）
■携帯電話・PHSでのご利用は… 06-6907-1187
FAX フリーダイヤル 0120-878-236

Help desk for foreign residents in Japan
Tokyo (03)3256-5444　**Osaka** (06)6645-8787
Open : 9:00-17:30 (closed on Saturdays/Sundays/national holidays)

ご注意　・（転）印は大阪へ自動転送になり、拠点から大阪までの転送通信料は弊社負担です。
・所在地、電話番号、受付時間などが変更になることがあります。

ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

松下電工株式会社およびその関係会社は、お客様の個人情報やご相談内容を、ご相談への対応や修理、その確認などのために利用し、その記録を残すことがあります。また、折り返し電話させていただくときのため、ナンバー・ディスプレイを採用しています。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しません。お問い合わせは、ご相談された窓口にご連絡ください。

便利メモ（おぼえのため、記入されると便利です）	お買い上げ日	年　月　日	品番	EU7800・EU7700
	販売店名	（　　）　ー		

松下電工株式会社　ヘルシー・ライフ事業部
〒522-8520 滋賀県彦根市岡町33番地
Ⓒ 2007 Matsushita Electric Works, Ltd.（松下電工株式会社） All Rights Reserved.
ナショナルホームページ http://national.jp/

U922278002
S0907-1107

National

取扱説明書

家庭用 乗馬フィットネス機器

品番 EU7800
EU7700

●このたびはナショナル製品をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
●ジョーバは乗馬療法の運動効果を取り入れたフィットネス機器です。
●取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
●ご使用前に「安全上のご注意」（3～5ページ）を必ずお読みください。
●保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、
取扱説明書とともに大切に保管してください。

保管用
保証書別添付

もくじ

ご使用前に

安全上のご注意	3〜5
各部のなまえとはたらき	6〜7
設置する	8〜9
運動を始める前に	9〜10

使い方

運動時の基本姿勢	11
運動を始める	12〜13
各自動コースについて	14
お好み（手動）について	14
各自動コースのシートの傾きの変化について	15〜16
速度レベルの調節	17
シート傾き（前傾・後傾）の調節	18
運動コースの切替	18
運動を一時停止する	18
残り時間表示について	18
運動レベルについて	18
運動量（消費カロリーの目安）について	19
運動を終わる	19

お手入れ

お手入れのしかた	20

お知らせ

定格・仕様	21
故障かな?と思ったら	22〜23
保証とアフターサービス	裏表紙

お持ちの商品の機能をご確認ください。

		EU7800	EU7700
基本機能	初心者コース（自動）	●	●
	ソフトコース（自動）	●	●
	ハードコース（自動）	●	●
	パワフルコース（自動）	●	ー
	ウエストコース（自動）	●	●
	ヒップコース（自動）	●	●
	脚力コース（自動）	●	ー
	ストレッチコース（自動）	●	ー
	お好みコース（手動）	●	●
調節機能	速さ調節	●	●
	シート傾き（前傾・後傾）調節	●	●
	シート高さ調節	●	ー
	体重設定	●	ー
その他	液晶表示（運動量、運動レベルなどを表示）	●	ー
	チャイルドロック	●	●
	あぶみ取付位置調節	●	●

安全上のご注意

※ご使用の前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

※ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するためのものです。また注意事項は、危害や損害の大きさと切迫の程度を明示するために、誤った取り扱いをすると生じることが想定される内容を、「警告」「注意」の2つに区分しています。

※安全上の注意についての詳細は各ページにのせています。

いずれも安全に関する重要な内容ですので必ず守ってください

⚠警告 この表示の欄は「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。

⚠注意 この表示の欄は「傷害を負う可能性または物的損害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

絵表示の例

⃠ 記号は、**禁止**の行為を示しています。
（左図の場合は分解禁止）

● 記号は、行為を**強制**したり**指示**したりするものです。
（左図の場合は電源プラグを抜く）

※お読みになった後は、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください

⚠警告

必ず守る

- 医師の治療を受けているときや下記の人は、必ず専門医・理学療法士と相談のうえ使用する。
  （1）腰痛の人や、過去に足・腰・首を痛めたことのある人、足・腰・首や手にしびれがある人
  （つい間板ヘルニア、せきついすべり症・頚椎ヘルニアなど持病のある人）
  （2）変形性関節炎、リューマチ、痛風など足に痛みのある人　（3）骨粗しょう症など骨に異常がある人
  （4）循環器系障害（心臓病・血管障害・高血圧症など）のある人
  （5）呼吸器に障害のある人　（6）ペースメーカー等の体内植込型医用電子機器を使用している人
  （7）妊娠中もしくは妊娠と思われる人や生理中の人　（8）からだに異常を感じて安静を必要とする人
  （9）リハビリテーション目的で使用される人　（10）歩行が困難な人
  （11）痔など肛門部に異常のある人
- 運動中、腰に痛み、足にしびれ、めまい、動悸など、からだに普段と異なる痛みや違和感・異常を感じたときは直ちに使用を中止する。
  守らないと健康を害したり、けがをするおそれがあります。
- 要介護・要支援認定を受けた人などからだが不自由な方が使用する場合は専門医・理学療法士などの付き添いのもとに使用する。
  守らないと事故やけがをするおそれがあります。
- 高齢者の方は体力の低下が考えられるため、健康であっても専門医と相談のうえ使用する。
  守らないとけがをするおそれがあります。
- 乗り降りするときは転倒防止のため、あぶみに足がひっかからないように注意する。
  守らないと事故やけがをするおそれがあります。
- 運動に十分なスペースが確保できる、水平なかたい床の上に設置する。
  守らないと転倒によりけがをするおそれがあります。
- 使用後はチャイルドロックをセットし、主電源を「OFF」にする。
  守らないとお子様のいたずらによる事故やけがのおそれがあります。
- 電源プラグは根元まで確実に差し込む。
  守らないと感電や発熱による火災の原因になります。
- 電源プラグのほこり等は定期的にとる。
  守らないと湿気等で絶縁不良となり火災の原因になります。

⚠警告

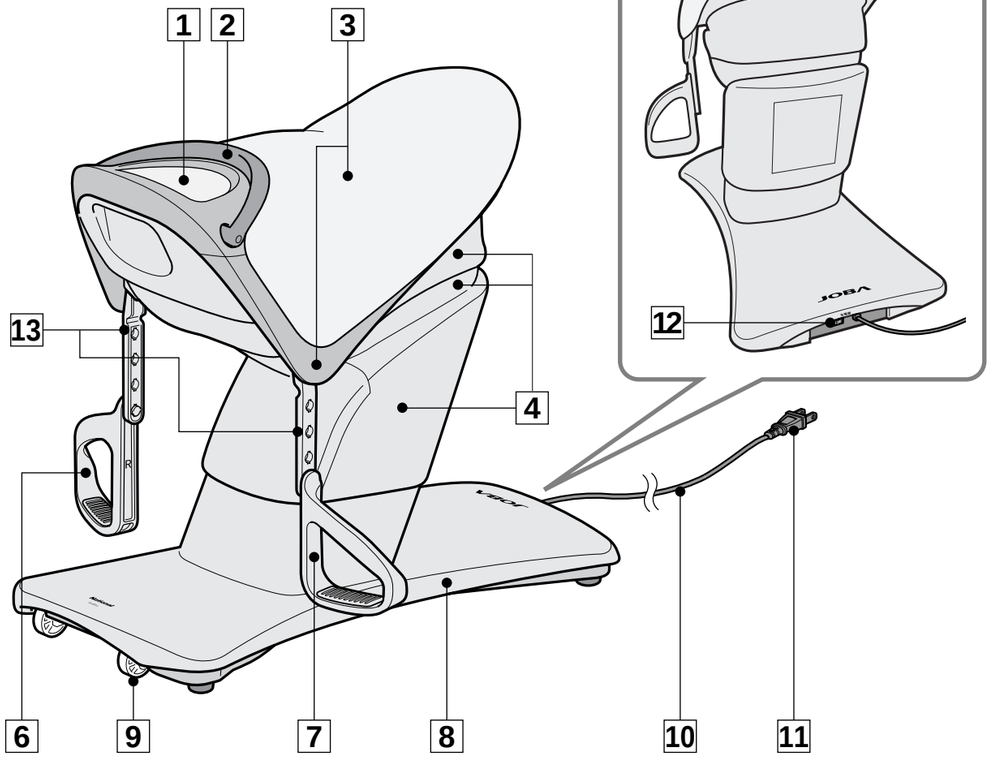
禁止	●お子様に使わせたり、本体の上やまわりで遊ばせない。 ●お子様が近くにいるときは動作させない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●カバー部が破損したり、破れた状態（内部機構が露出）では使用しない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●動作時にカバー部には触れない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●動作中に飛び乗ったり、飛び降りたりしない。 転倒によりけがをするおそれがあります。
	●屋外や浴室付近など湿気の多い場所・水滴がかかる所で使用したり、保管しない。 ●直射日光が当たる場所やストーブの周囲など高温な所で使用したり、保管しない。 感電・漏電・発火の原因となります。
	●電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。 感電・ショート・発火のおそれがあります。
	●コンセントや配線器具の定格を超える使い方や交流100V以外での使用はしない。 （海外でのご使用や変圧器を用いたご使用はできません。） 感電・故障や発熱による火災の原因になります。
	●電源コード・電源プラグを破損するようなことはしない。 （傷つけたり、加工したり、熱機器に近づけたり、無理に曲げたり、ねじったり、引っ張ったり、重い物をのせたり、束ねたりしない。） 傷んだまま使用すると、感電・ショート・火災の原因になります。
	●2人以上が同時に使用したり、使用中に周囲の人が本体及び使用者を押したり引いたりする行為はしない。 ●使用中に周囲に人を近づけない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●立ったまま使用したり、踏み台としては使用しない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●あぶみに足をかけて乗り降りしない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●本体脚部が浮き上がるような無理な乗り方はしない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●シートの後方や前方に座らない。横座りをしない。後ろ向きで座らない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●ホットカーペットなどの暖房器具の上で使わない。 火災のおそれがあります。
分解禁止	●絶対に分解したり修理・改造はおこなわない。 発火したり、異常動作をしてけがをするおそれがあります。
水ぬれ禁止	●本体や操作部に水や飲み物をこぼさない。 感電や発火のおそれがあります。
ぬれ手禁止	●ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない。 感電やけがをするおそれがあります。

⚠注意

必ず守る	●はじめてお使いの人は、“ 初心者 ”コースから使用し、からだを慣らす。 守らないとからだに負担をかけすぎたり、からだを痛める原因となります。
	●太ももでしっかりシートを挟み、正しい姿勢で使用する。 守らないとシート部やあぶみ、あぶみ用接続具との摩擦によるすり傷の原因となるおそれがあります。
	●運動は1回15分以内にする。 長時間のご使用はからだに負担をかけすぎるおそれがあります。
	●加齢により体力の衰えのある人、体力に自信のない人は、速度を急に上げないで“ おそい ”から徐々に上げる。 守らないとからだに負担をかけすぎたり、からだを痛める原因となります。
	●皮膚の弱い人、うっ血しやすい人などは自分に合った無理のない速度レベルで運動する。 守らないとうっ血やすり傷（太もも・おしり）・裂傷の原因となります。
	●電源プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って抜く。 守らないと感電やショート・発火のおそれがあります。
禁止	●日頃、運動していない人は、いきなり激しい運動をしない。 ●飲食後や疲労時、運動直後、または体力の状態が平常でないときは、使用をしない。 健康を害するおそれがあります。
	●喫煙・飲食など、他の行為と同時にジョーバを使用しない。 ●飲酒した後など感覚が鈍くなっているときは使用しない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●シート高さを上下（EU7800のみ）・傾斜させて遊ばない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●たづなを持ってジョーバを移動しない。 事故やけがをするおそれがあります。
	●生地の薄いズボンや半ズボンなど、素肌がシート部やあぶみ部に触れるような服装で使わない。 摩擦によるすり傷の原因となります。
電源プラグを抜く	●使用時以外は、電源プラグをコンセントから抜く。 守らないと感電・漏電火災の原因になります。
	●お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜く。 守らないと感電のおそれがあります。
	●動かない場合や、異常を感じたときは使用を中止し、すぐに電源プラグを抜いて点検修理を依頼する。 守らないと感電や発火のおそれがあります。
	●停電のときは直ちに電源プラグを抜く。 守らないと復帰したとき、事故やけがをするおそれがあります。

各部のなまえとはたらき

▶ 本体



1 操作部
▶ P.7参照

2 たづな
●運動中（慣れるまで）に握る。

3 シート部
●高さ調節可能。（EU7800のみ）
▶ P.10参照

4 カバー部
●駆動機能内蔵。
●高さ調節機能内蔵。（EU7800のみ）

5 取手 ●移動時に持つ。

6 右足用あぶみ（R）：付属品

7 左足用あぶみ（L）：付属品

8 脚部

9 移動用キャスター
▶ P.8参照

10 電源コード

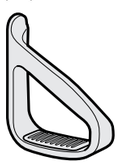
11 電源プラグ

12 主電源
▶ P.9参照

13 あぶみ用接続具
※本体から取り外すことはできません。

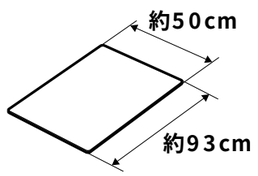
付属品

●左足用あぶみ（L）

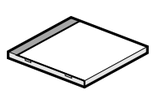


●右足用あぶみ（R）

●マット



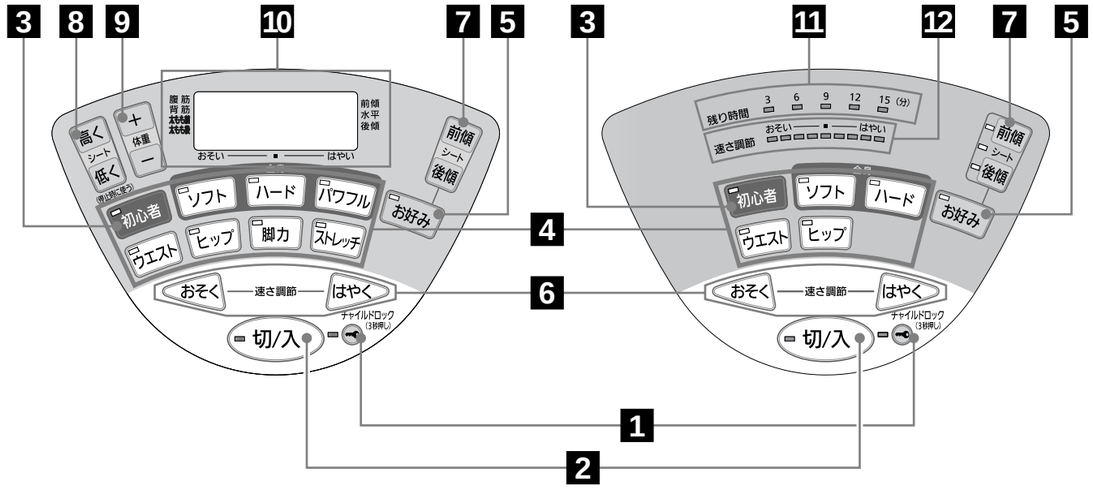
●ジョーバビクスDVD



▶P.14参照

●アドバイスブック

▶ 操作部



1 チャイルドロック
お子様のいたずら、誤動作防止のため、操作部をロックする。
●約3秒押しで、セット・解除。
▶ P.12、19参照

2 切/入ボタン

3 初心者ボタン
●使い始めの方や体力に自信が無い方が使用する。

4 自動コースボタン
●プログラムされた動作を行う。（速さ調節可能）
※初心者、ストレッチは速さ調節不可。

5 お好み（手動）ボタン
●速度・シート前傾・後傾の角度をお好みで調節した動作を行う。

6 速さ調節ボタン
●体力に合わせて運動速度を調節できる。
▶ 速度レベル表示 P.17参照

7 シート傾き調節ボタン
●シート前傾・後傾の角度を調節する。（お好み〈手動〉のとき使用）

8 シート高さ調節ボタン（EU7800のみ）
●シートの高さを調節する。（停止時に使用）

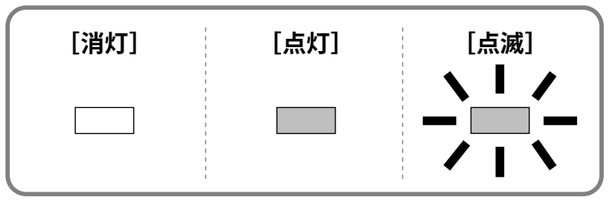
9 体重設定ボタン（EU7800のみ）
●体重を設定する。
▶ P.12参照

10 液晶パネル（EU7800のみ）
●速度レベル
●シート傾きのレベル
●残り時間
●体重
●消費カロリー（目安）
●運動部分を表示。

11 残り時間表示（EU7700のみ）

12 運動速度表示（EU7700のみ）

※操作パネルのランプ表示について
この説明書では、操作パネルのランプを右記のように表示しています。



設置する

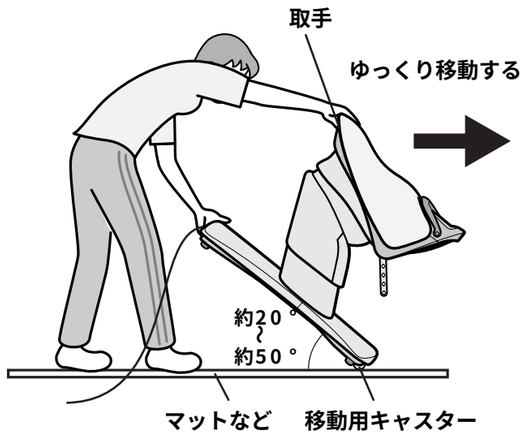
❶ 本体の後部を持ち上げ、移動用キャスターをころがしながら移動する

⚠注意

- たづなを持ってジョーバを移動しない。
  事故やけがをするおそれがあります。

お願い

- 電源プラグを踏まないように移動してください。
- 腰を痛めないよう、ゆっくり持ち上げ移動してください。
- 床をキズつけるおそれがありますので、マットなどを敷いてゆっくり移動してください。
- 本体を下ろすときは、足元に十分注意してゆっくり下ろしてください。



❷ 付属のマットを敷き、マットの上に本体をのせる

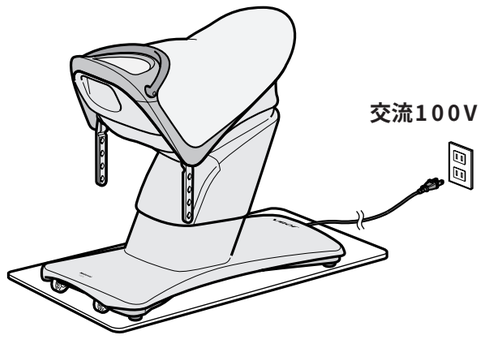
※マットはゴム面を下にしてセットする。

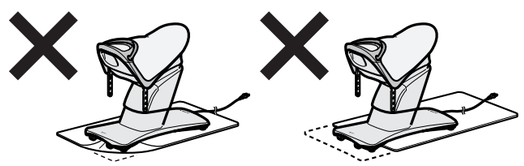
⚠注意

- 使用時には、本体の下に付属のマットを敷く。
  敷かないと床を傷つけるおそれがあります。

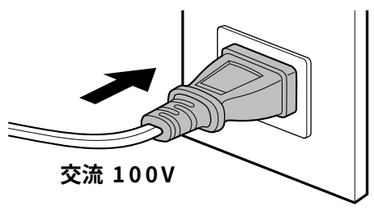
お願い

- 畳の上での使用は、マットを敷いても畳に跡が残るおそれがありますので、ご注意ください。
- 階下への騒音や振動の気になる方は、市販の厚めのマットを敷いてください。
- コルク材の床面での使用は、床を傷つけるおそれがありますので、ご注意ください。
- マットが折れ曲がったまま敷かれていたり、本体がマットからはみ出している状態で、使用しないでください。



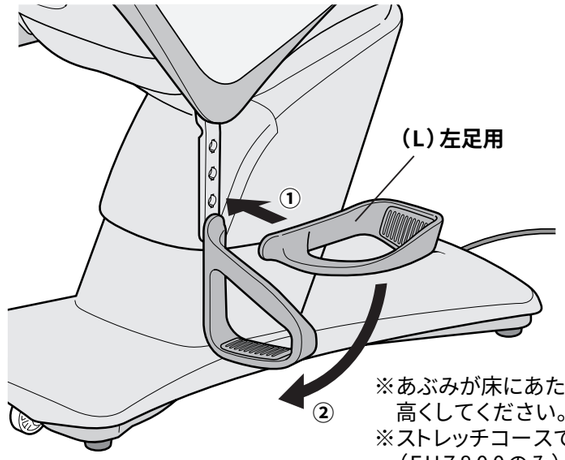


❸ 電源プラグをコンセントに差し込む

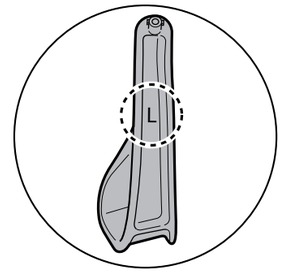


❹ 付属のあぶみをあぶみ用接続具に差し込む

あぶみを90度横向きに差し込み下へ回す。
（あぶみ取付位置の目安を参照してください。）
あぶみは右足用（R）と左足用（L）があります。
（L）（R）の文字が内側になるように取り付けてください。

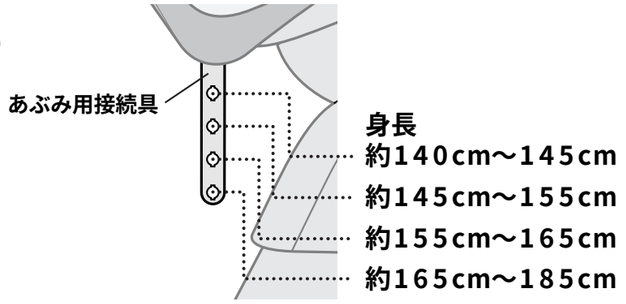


（L）（R）の表示位置



※あぶみが床にあたるときは高さ調節ボタンであたらなくなるまで高くしてください。（EU7800のみ。P.10参照）
※ストレッチコースではあぶみははずして使用します。（EU7800のみ）
※あぶみ用接続具は取り外せません。

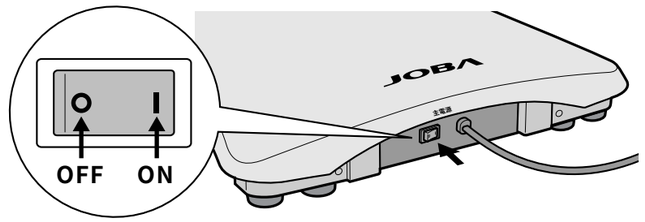
- **あぶみ取付位置の目安**
  （あぶみの高さは4段階に調節できます）
  ※左足用あぶみと右足用あぶみは同じ位置で取り付けてください。



運動を始める前に

❶ 主電源をONにする

※出荷時は「ON」になっています。

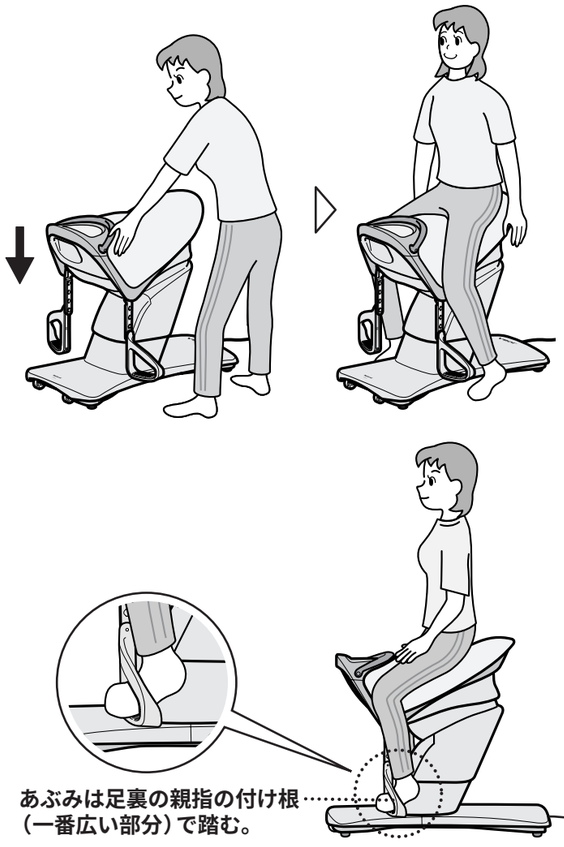


運動を始める前に（続き）

❷ シートに乗り、あぶみの長さを確認する

※シートの高さを下げて乗ると、楽に乗ることができます。（EU7800のみ）
（高さ調節のしかたは、下記を参照）

- ひざを軽く曲げて、あぶみをしっかり踏める長さに調節してください。
- あぶみに足をかけ、きゅうくつに感じたときやしっかり踏み込めないときは シートから降りて、再度あぶみの高さを調節してください。（P.9参照）



⚠注意

- **生地の薄いズボンや半ズボンなど、素肌がシート部やあぶみ部に触れるような服装で使わない。**
  摩擦によるすり傷の原因となります。

お願い

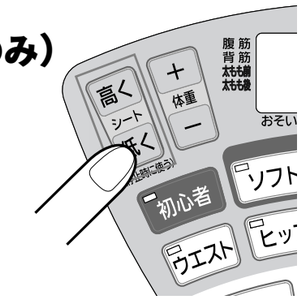
- **くつ下をはいて運動してください。**
  また、足への負荷をやわらげるため、シューズ着用をおすすめします。
- **乗るときに操作部に触れないようにご注意ください。**
- **あぶみに足をかけて乗らないでください。**
  乗ってから足をあぶみにかけてください。
- **乗り降り時や運動中にバランスをくずして転倒するおそれのある方は、介助者の補助のもとでおこなってください。**

❸ シートの高さを調節する（EU7800のみ）

- **シート高さ調節ボタンを押し続けると、シートが上下します。**

※シートが前傾する動作が含まれるコース（P.13参照）をご使用になられる場合は、シート傾き調節ボタンで、シートを前傾させてあぶみが脚部に触れない高さをご確認ください。

※運動中は、高さの調節はできません。

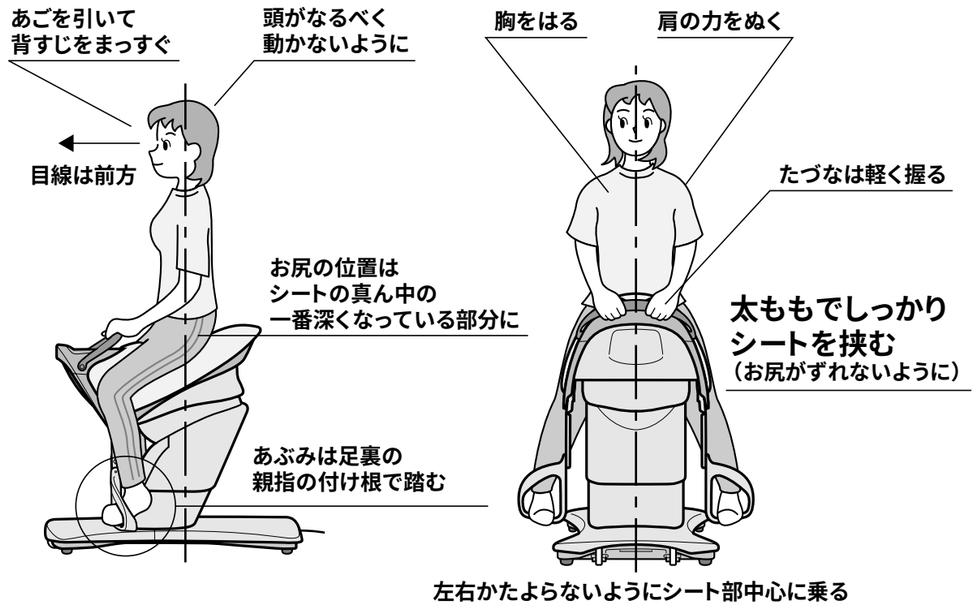


❹ ストレッチ体操をする

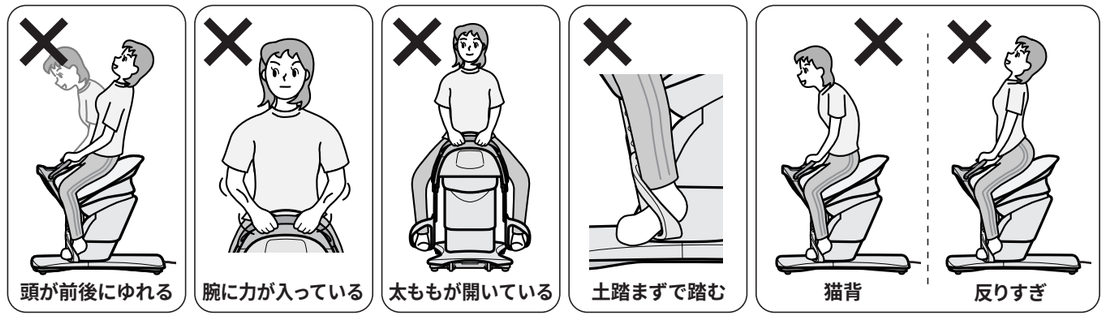
- ご使用前にストレッチ体操をすることをおすすめします。
  付属のジョーバビクスDVDをご覧ください。

運動時の基本姿勢

（効果的な運動をするために）



次の様な姿勢で運動しないでください。



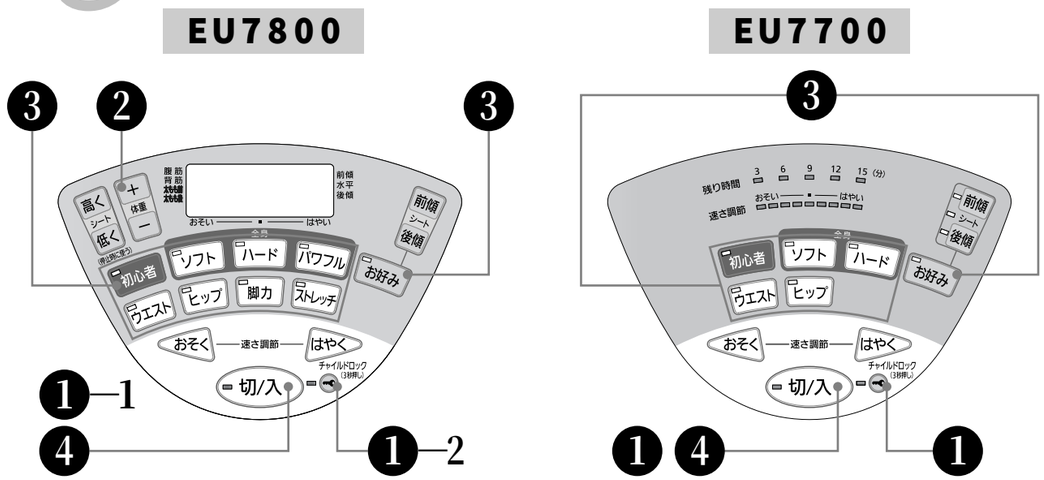
シートが前傾しているときの姿勢

※ウエスト、お腹、脚のエクササイズに適しています。

シートが後傾しているときの姿勢

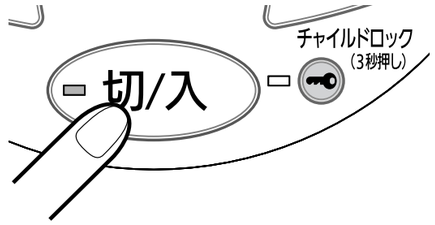
※背筋、お尻のエクササイズに適しています。

運動を始める ※毎日運動を継続することをおすすめします。



1—1 切/入 を押す

● 切/入 を押したあと、ランプが点灯し自動コース、お好み（手動）のランプが点滅します。
（ 切/入 を押してから約1分以内に操作をしないと、自動で電源が切れます。）



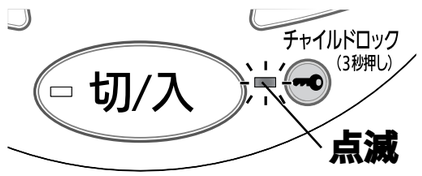
お願い

●リハビリテーションなどで使用される場合は必ず専門医・理学療法士の指示のもと使用してください。

1—2 チャイルドロックがセットのときは解除する

（約3秒以上押し続ける）

（チャイルドロックがセットの時は、シート高さ、シート傾き、切/入ボタンを押してもチャイルドロックランプが点滅し、自動的に消灯します。解除されるとチャイルドロックランプが消灯し、自動コース、お好み（手動）のランプが点滅します。）
※出荷時は解除になっています。



2 ＋ ー で体重を設定する（EU7800のみ）

（運動後に、設定された体重をもとに、運動量〈消費カロリーの目安値〉を表示します。）

●体重設定をしない場合は、前回ご使用時の体重が設定された状態になっています。
（ご購入直後は60kgに初期設定されています）

●体重設定は30～120kgの範囲で設定できます。

●ボタンを一回押すと1kg単位、押し続けると5kg単位で数値が変わります。

使い方

3 自動コースまたはお好み（手動）のボタンを押して運動する（各コースについての説明、P.14参照）

使い始めは

●ジョーバの動きに慣れるまでは“ 初心者 ”コースをご使用ください。
（初心者は速度レベル“ おそい ”、シートは水平で運動時間約3分の運動を行います。）
●動作中は太ももでシートをしっかりはさんで乗ってください。

●シートが前傾・後傾するコースをお使いの前に

シートが前傾・後傾しないコース（ 初心者 ソフト ）でお使いになり、動作の強さを確認してください。

シートが前傾・後傾するコース

ハード パワフル（EU7800のみ） ウエスト ヒップ 脚力（EU7800のみ） ストレッチ（EU7800のみ）

シートが前傾・後傾しないコース

初心者 ソフト

●ストレッチコースを使用するときは（EU7800のみ）

足が床につく高さまでシートを低くし、あぶみをはずしてお使いください。
床に足がつかない場合は、あぶみに足をかけたまま、リラックスして乗ってください。
付属のジョーバビクスDVD（ストレッチ&リリース）を見ながら運動すると、より運動効果が高まります。（P.14参照）

- 15分で自動的に停止した後、再び連続して使用すると、安全のために保護装置が作動し、動作が停止する場合があります。（操作部のランプが点滅し、動作停止。P.22～23参照）
その場合は、主電源を切り、30分程度してから、主電源をONにしてください。30分程度経過すると、保護装置は復帰し、ご使用いただけます。
- 極端に重い負荷がかかると、安全のために動作が停止する場合があります。
（操作部のランプが点滅し、動作停止。P.22～23参照）
その場合は、主電源を切り、30分程度してから、主電源をONにしてください。
- 運動中に、本体の一方向に体重がかかるような乗り方はお避けください。
無理な乗り方をすると、本体の動作が遅くなり故障の原因になります。

⚠警告

- 動作中に飛び乗ったり、飛び降りたりしない。
転倒によりけがのおそれがあります。
- 運動中、腰に痛み、足にしびれ、めまい、動悸などからだに普段と異なる痛みや違和感・異常を感じたときは直ちに使用を中止する。
守らないと健康を害したり、けがをするおそれがあります。
- シートの後方や前方に座らない。横座りをしない。後ろ向きで座らない。
事故やけがをするおそれがあります。

⚠注意

- 加齢により体力の衰えのある人、体力に自信のない人は、速度を急に上げないで“ おそい ”から徐々に上げる。
守らないとからだに負担をかけすぎたり、からだを痛める原因となります。
- 太ももでしっかりシートを挟み、正しい姿勢で使用する。
守らないとシート部やあぶみ、あぶみ用接続具との摩擦によるすり傷の原因となるおそれがあります。

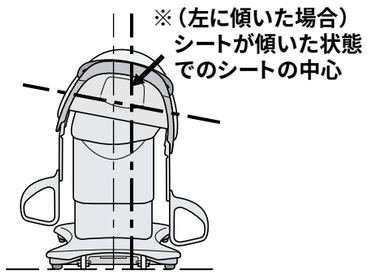
4 切/入 を押して運動を始めてから、約15分で自動的に停止する

（初心者コースは約3分で終了）

※途中で終了したい場合は 切/入 を押してください。

※停止位置によって、左右どちらかに傾いていたり、シート部や操作部に力を加えたとき、動くことがありますが、いずれも商品構造上発生するもので、機能等に影響はありません。

停止状態は左右どちらかに傾いています。



※（左に傾いた場合）シートが傾いた状態でのシートの中心

使い方

各自動コースについて

	動作の特徴	動作仕様
初心者	初心者の方がジョーバの動きに慣れるまでお使いいただくためのコース	速　　度：“ おそい ” シート傾き：水平 時　　間：約3分
全身 ソフト	以下の「ハード」など、運動中にシートが自動的に傾斜するコースを使う前に、ジョーバの速度に慣れて基本的な体力をつけて頂くためのコース ●対応するジョーバビクス：ジョーバもの知りビクス	速　　度：“ おそい ”から“ はやい ”（速度範囲を5段階で選べます） シート傾き：水平 時　　間：約15分
全身 ハード	運動量が多く、脂肪燃焼に適したコース ●対応するジョーバビクス：ハードコアチャレンジ	速　　度：“ おそい ”から“ はやい ”（速度範囲を5段階で選べます） シート傾き：前傾、水平、後傾 時　　間：約15分
全身 パワフル（EU7800のみ）	最も運動量が多く、脂肪燃焼に適したコース ●対応するジョーバビクス：パワフル脂肪燃焼	速　　度：“ おそい ”から“ はやい ”（速度範囲を5段階で選べます） シート傾き：前傾、後傾 時　　間：約15分
ウエスト	腹筋を重点的に運動できウエストの引き締めに適したコース ●対応するジョーバビクス：ウエストシェイプ	速　　度：“ おそい ”から“ はやい ”（速度範囲を5段階で選べます） シート傾き：主に前傾、水平、後傾 時　　間：約15分
ヒップ	背筋・お尻を重点的に運動できヒップアップに適したコース ●対応するジョーバビクス：ヒップアップ	速　　度：“ おそい ”から“ はやい ”（速度範囲を5段階で選べます） シート傾き：主に後傾、水平、前傾 時　　間：約15分
脚力（EU7800のみ）	太ももを重点的に運動できる脚力アップに適したコース ●対応するジョーバビクス：脚力アップ	速　　度：“ おそい ”から“ はやい ”（速度範囲を5段階で選べます） シート傾き：前傾、水平 時　　間：約15分
ストレッチ（EU7800のみ）	足を床につけて股関節を動かし柔軟性向上に適したコース ●対応するジョーバビクス：ストレッチ&リリース ※足が床につく高さまでシートを低くする。 ※あぶみははずして運動する。	速　　度：低速範囲のみ（速度はプログラムにしたがって変化します）※速度は変更できません。 シート傾き：前傾、水平、後傾 時　　間：約15分

※初心者コースをご使用中に他のコースへの変更はできません。
他のコースに変更する場合は、一旦 ⏻切/入 を押して、動作が止まり、ランプが消灯してから、再度 ⏻切/入 を押した後、ご希望のコースを選択してください。

更に効果的な運動をするために

●付属のDVDに収録されている、ジョーバビクスを選んで行うことをおすすめします。
※ジョーバビクスは運動量が多くなるため、体力に応じて無理のない範囲で行ってください。
※収録されているジョーバビクスと実際の動作時間が若干ずれることがあります。

ジョーバビクスDVD収録内容

プログラム内容	EU7800	EU7700
収録時間	約120分	約80分
基本的な使い方など	●	●
ジョーバもの知りビクス（約15分）	●	●
ハードコアチャレンジ　（約15分）	●	●
パワフル脂肪燃焼　（約15分）	●	ー
ウエストシェイプ　（約15分）	●	●
ヒップアップ　（約15分）	●	●
脚力アップ　（約15分）	●	ー
ストレッチ&リリース　（約15分）	●	ー

お好み（手動）について

お好み を押すとランプが点灯し、一定の速度で動きます。

速さ調節ボタン・シート傾き調節ボタンで、自分にあった速度レベル・傾きで運動ができます。（P.17～18参照）

- はやく を押すと速度が速くなります。
- おそく を押すと速度が遅くなります。

速度表示について…選択した速度レベルが点灯します。

- 前傾 を押し続けるとシートが前に傾きます。
- 後傾 を押し続けるとシートが後に傾きます。

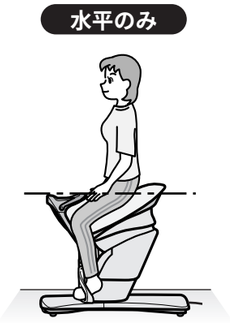
最大傾きで傾き表示ランプが点滅します。

各自動コースのシートの傾きの変化について

初心者　ソフト

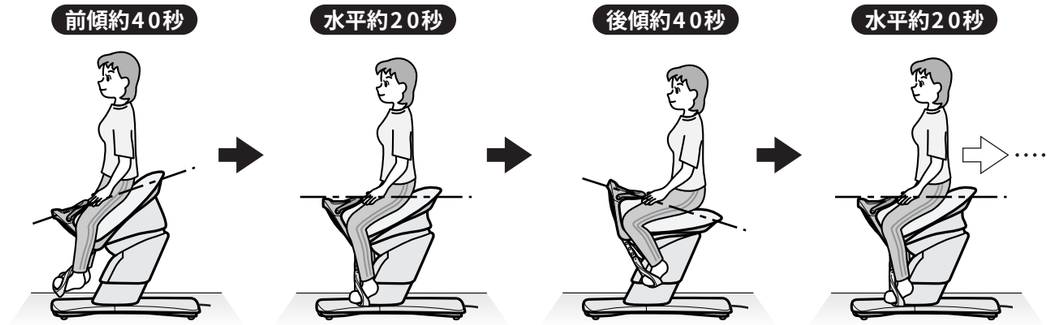
シートは水平のみで動作し、足腰の基本的なエクササイズができます。

初心者 のみ約3分



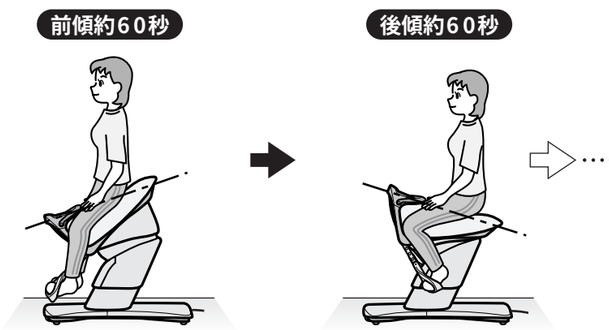
ハード

シートは前傾・水平・後傾を繰り返し、全身をエクササイズします。



パワフル（EU7800のみ）

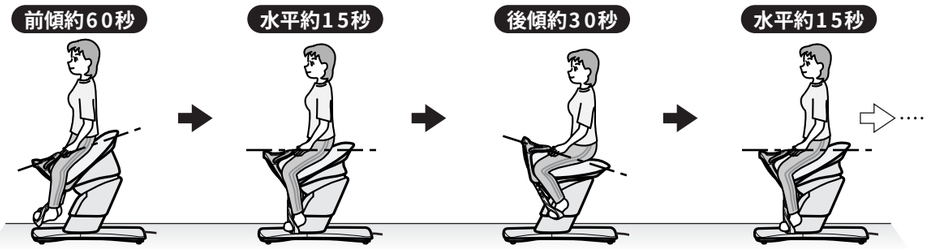
シートは前傾・後傾を繰り返し、全身をエクササイズします。



各自動コースのシートの傾きの変化について（続き）

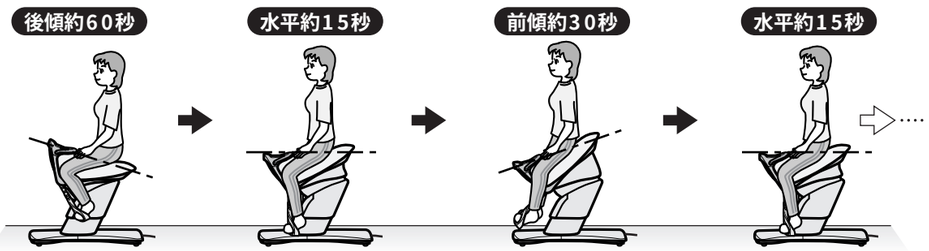
ウエスト

シートは前傾を中心に水平・後傾を繰り返し、ウエスト・お腹を重点的にエクササイズします。



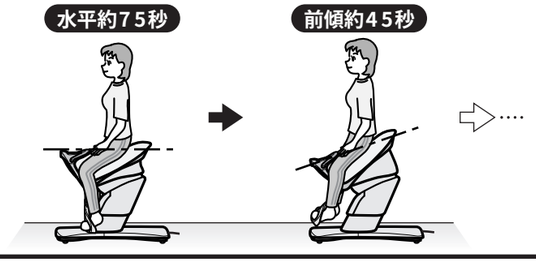
ヒップ

シートは後傾を中心に水平・前傾を繰り返し、ヒップを重点的にエクササイズします。



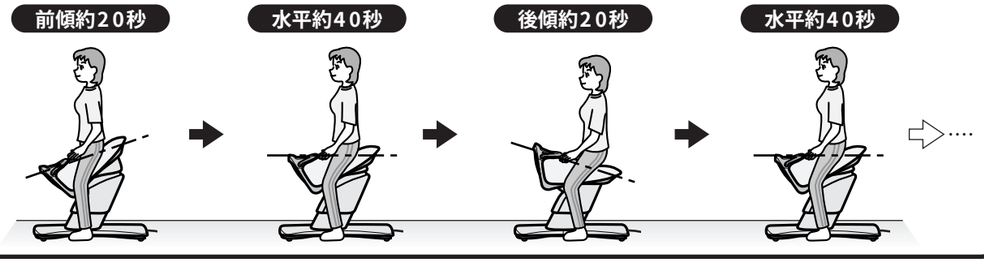
脚力（EU7800のみ）

シートは水平・前傾を繰り返し、太ももを重点的にエクササイズします。



ストレッチ（EU7800のみ）

水平・前傾・後傾を繰り返し、低速中心の動作で体をほぐします。

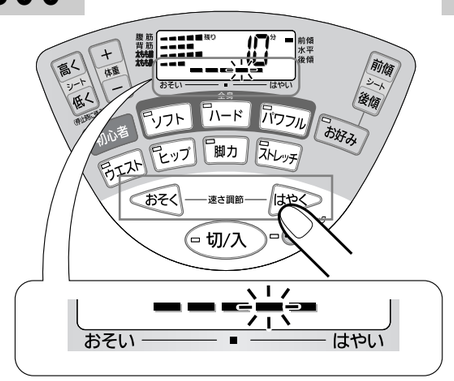


速度レベルの調節

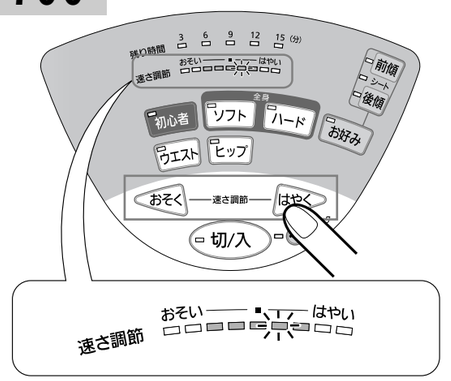
おそく はやく を押して速度を調節する。

はやく を押すと速度が速く、おそく を押すと速度が遅くなります。

EU7800



EU7700



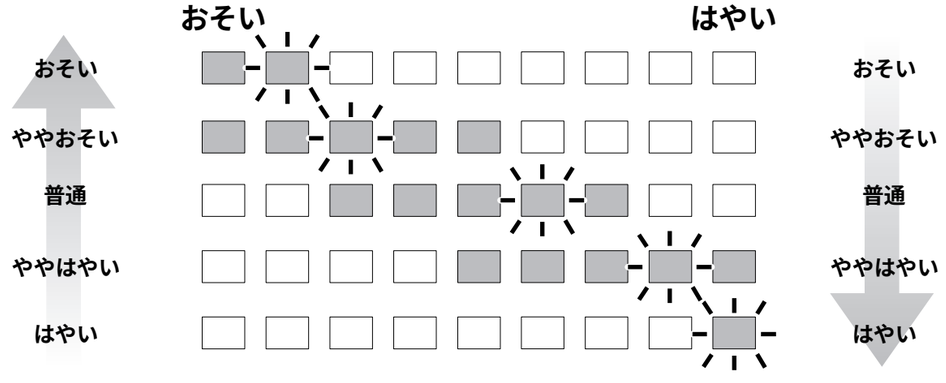
●お好み（手動）では おそく はやく を押すと1ずつ速度レベルが変わります。

● 初心者 ストレッチ では速度レベルの調節はできません。
（速度レベルはプログラムにより固定されています）

●それ以外の自動コースでは おそく はやく で速度レベルが下記のように変化します。
速度レベルは、おそい、ややおそい、普通、ややはやい、はやいの5段階から選べます。
それぞれの速度レベルの範囲は下表を参照ください。

速度レベルと表示

点灯している速度の範囲で速度が自動的に変化し、点滅している速度レベルで運動している



おそく ボタンを1回押すごとに
おそい速度レベルの範囲に変わります。

はやく ボタンを1回押すごとに
はやい速度レベルの範囲に変わります。

⚠注意

●**加齢により体力の衰えのある人、体力に自信のない人は、速度を急に上げないで“ おそい ”から徐々に上げる。**
守らないとからだに負担をかけすぎたり、からだを痛める原因となります。

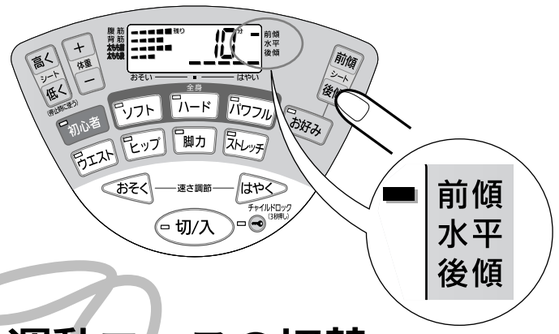
シート傾き（前傾・後傾）の調節

※お好み（手動）の場合のみ調節できます。自動コースでの動作時には調節できません。
停止時にシート傾き（前傾・後傾）の調節を行った後、運動コースボタンを押すと、一旦水平にもどります。

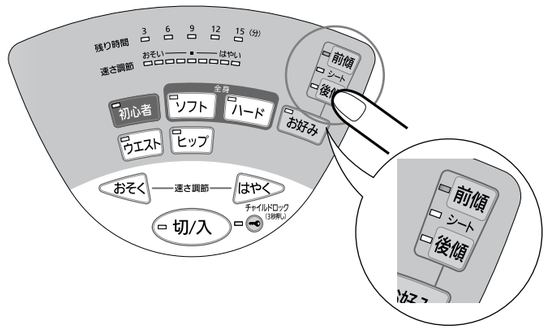
前傾 後傾 を押して調節する。 ※最大傾きで表示ランプが点滅します。

前傾 を押し続けるとシートが前に傾き、 後傾 を押し続けるとシートが後に傾きます。

EU7800



EU7700



運動コースの切替

運動中に他の運動コースのボタンを押すと運動コースを変更することができます。

- 初心者コースから直接、他のコースへの変更は出来ません。
  他のコースに変更する場合は、一旦 切/入 を押して、動作が止まり、ランプが消灯してから、再度 切/入 を押した後、ご希望のコースを選択してください。
- 運動コースを変更すると、シートが一旦水平にもどり、もっとも遅い速度レベルになります。

運動を一時停止する

運動中に、そのときの運動コースのボタンを再度押すと一時停止します。
もう一度、運動コースのボタンを押すと運動を再開します。

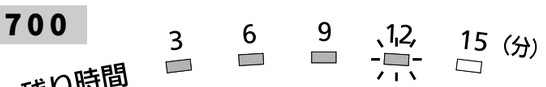
- 一時停止後、約1分間ボタンを押さないと 切/入 が自動的に「切」になります。

残り時間表示について

- 運動の残り時間は操作部に表示します。

EU7800

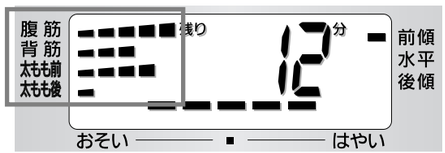
EU7700



運動レベルについて

- 運動中に、からだの部位ごとの運動レベルを表示します。（EU7800のみ）

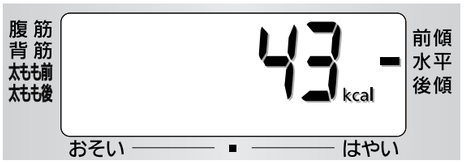
5段階のレベルメーターで、
からだの各部位の筋肉の活動
イメージを表しています



運動レベル図表（5段階）

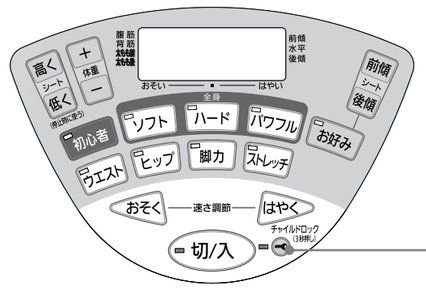
運動量（消費カロリーの目安）について

- 運動終了後に運動量（消費カロリーの目安）が表示されます（EU7800のみ）
  （表示後10秒で自動的に「切」になります。）
- 体重設定されていない場合は、初期設定の60kgに基づき計算されます。

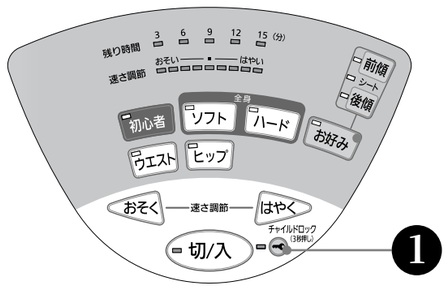


運動を終わる

EU7800



EU7700



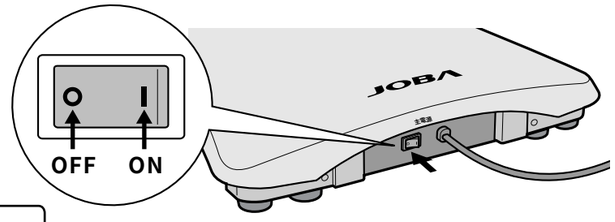
❶ チャイルドロックをセットする（ を約3秒以上押す）

- 運動停止中にチャイルドロックをセットしてください。
  （チャイルドロックをセットするとランプが点滅した後、自動的に消灯します。）

⚠警告

- 使用後はチャイルドロックをセットし、主電源を「OFF」にする。
  守らないとお子様のいたずらによる事故やけがのおそれがあります。

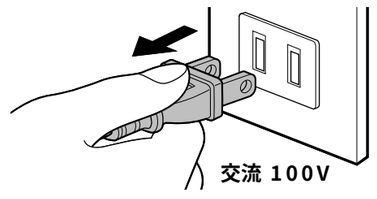
❷ 主電源をOFFにする



❸ 電源プラグをコンセントから抜く

⚠注意

- 電源プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って抜く。
  守らないと感電やショート・発火のおそれがあります。



❹ ストレッチ体操をする

お願い

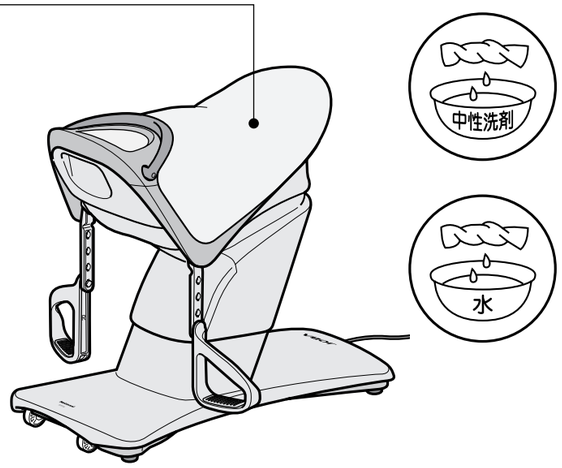
- 運動した筋肉の緊張をほぐし、疲れを残さないためにも使用後のストレッチ体操は必ず行うようにしてください。

お手入れのしかた

⚠注意

- **お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜く。また、ぬれた手で抜き差ししない。**
  守らないと感電ややけどをするおそれがあります。

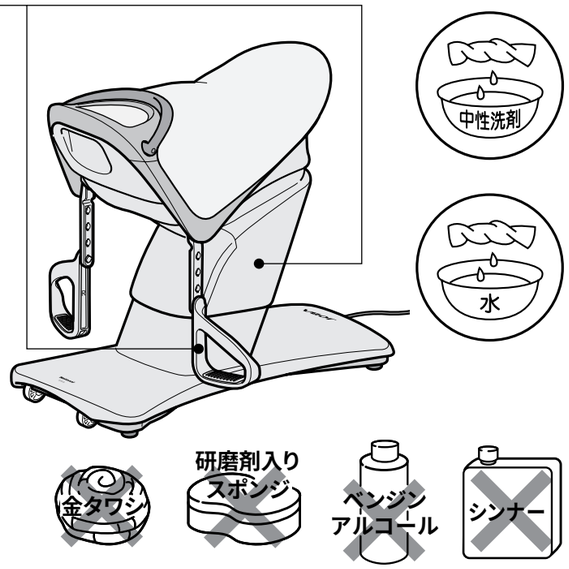
合成皮革部分



柔らかい乾いた布でふく

- **市販のレザーお手入れ用品（化学ぞうきん、薬品など）は使用しないでください。**
  合成皮革が変質するおそれがあります。
- **汚れがひどい場合は、以下の手順でふきとってください。**
  ①水または中性洗剤をぬるま湯で3～5%位にうすめたものに、柔らかい布をひたし、よくしぼる。
  ②表面をたたくようにふく。
  ③水を含ませた布をよくしぼってから、洗浄液をふきとる。
  ④柔らかい乾いた布でふく。
  ⑤自然乾燥させる。
- **汚れが落ちにくい場合は、市販の「メラミンフォーム材質のスポンジ」で同様に中性洗剤を含ませふき取ってください。**
- **ドライヤーなどで急激に乾燥させないでください。**
- **合成皮革部に色が移ることがありますので、ジーンズや色柄ものなど、色落ちしやすい衣類でのご使用は避けてください。**
- **変色の原因になりますのでビニール製品などを長時間接触させないでください。**
- **金タワシや研磨剤入りのスポンジのご使用は避けてください。**
- **シンナーやベンジン、アルコールは絶対使用しないでください。**

プラスチック部分



①中性洗剤を含ませた布をよくしぼってからふく

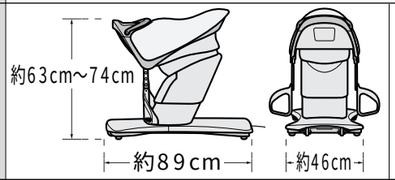
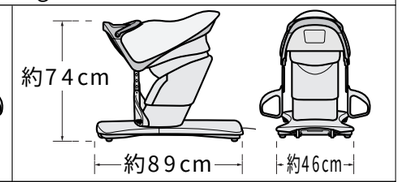
- **金タワシや研磨剤入りのスポンジのご使用は避けてください。**
- **シンナーやベンジン、アルコールは絶対使用しないでください。**

②仕上げに水を含ませた布をよくしぼってからふく

- **操作部をお手入れする際は、特によくしぼってからふくようにしてください。**

③自然乾燥させる

定格・仕様

品番	EU7800	EU7700
電源	AC 100V 50/60Hz	
消費電力	120W	110W
待機時消費電力	1.0W	1.0W
質量（重量）	約35kg	約32kg
適応身長	140cm～185cm	150cm～185cm
最大適応体重	120kg	
外形寸法		
自動コース	8種類（初心者・ソフト・ハード・パワフル・ウエスト・ヒップ・脚力・ストレッチ）	5種類（初心者・ソフト・ハード・ウエスト・ヒップ）
速さ調節	手動 9段階	
シート高さ調節機能	有	無
付属品	あぶみ（L）（R）・マット・ジョーバビクスDVD・アドバイスブック	

※電気料金：1日15分・2回/1日運動して　EU7800 約40円/月　EU7700 約36円/月
新電力料金目安単価22円/kwh（税込）で計算。待機時消費電力分含まず。

故障かな？と思ったら

症　状	原因と点検の　しかた		参照
切/入ボタンを押してもスタートしない。	●電源プラグがコンセントにしっかりと接続されていますか。	●電源プラグをコンセントにしっかりと接続してください。	P8
	●主電源はONになっていますか。	●主電源をONにしてください。	P9
	●チャイルドロックがセットになっていませんか。	●チャイルドロックを解除してください。	P12
本体の動作が早くなったり遅くなったりする。	●本体の一方向に体重がかかるような乗り方をしていませんか。	●基本姿勢を参考に乗ってください。	
シート部の左右の傾きが異なっているように感じる。	●本体の一方向に体重がかかるような乗り方をしていませんか。シート中央部に座れていますか。左右の動作に違和感はありませんか。	●基本姿勢を参考に乗ってください。 ●下記、動作中に体感される左右傾きの違いについても参照ください。	P11
停止時シートが傾く。		●シートは8の字に動き構造上やむをえず発生するもので機能等に影響はありません。	
動作中、音がする。		●構造上やむをえず発生するもので機能等に影響はありません。 ●下記、動作中発生する音についても参照ください。	
動作中、周期的に異音がする。			
おしりが痛い。		●基本姿勢（P.11参照）をご確認のうえ、慣れるまで速度レベルをおそくし水平状態で自分のからだの状態に合わせて使用してください。痛みが激しい場合は使用をやめてください。	
乗り物酔いの症状がでた。		●基本姿勢（P.11参照）をご確認のうえ、慣れるまではスピードをゆるめ、時間を短くしてください。	
EU7800 本体動作が停止し、液晶パネルの表示が“ F17 ”の場合。	●機器の故障の可能性があります。		
EU7800 本体動作が停止し、液晶パネルの表示が“ F10～F16 ”の場合。	●使い方（重い負荷がかかる、あるいは、連続して15分以上使用している）により、停止した可能性があります。	●主電源を切り、30分程度してから、主電源をONにしてください。	異常がある点検後なお
EU7800 本体動作が停止し、液晶パネルの表示が“ F18 ”の場合。	●停電や振動など外部環境の影響が考えられます。		
EU7700 本体動作が停止し、すべてのランプが点滅した場合。	●機器の故障の可能性があります。		
EU7700 本体動作が停止し、速度レベルランプ（左側から1～7個目）のいずれかが点灯し、残り時間ランプ全てが点滅した場合	●使い方（重い負荷がかかる、あるいは、連続して15分以上使用している）により、停止した可能性があります。	●主電源を切り、30分程度してから、主電源をONにしてください。	異常がある点検後なお
EU7700 本体動作が停止し、速度レベルランプはやい（一番右側）が点灯し、残り時間ランプ全てが点滅した場合	●停電や振動など外部環境の影響が考えられます。		

点検後なお異常がある

ただちに使用を中止する

お願い

- このような場合、事故防止のため必ず販売店または「修理ご相談センター」にご相談ください。

⚠警告

- 絶対に分解したり、修理・改造は行わない。
  発火したり、異常動作してけがをしたりするおそれがあります。

動作中発生する音について

動作中に下記のような動作音がしますが、
構造上発生するものですので異常ではありません。

- ●前後左右の8の字動作中、前後の位置で発生する動作音（コツコツ音）
- ●シート傾き・上下動作時の動作音（カクン音）
- ●着座時や動作中の音（ギュッギュッ音）

動作中に体感される左右傾きの違いについて

動作中に左右の傾きを体感される場合がありますが、左右の傾きの違いで感じるものではありません。左右の筋力の差によるもので、体力にあった速度レベルよりもはやくされると体感される現象です。
速度レベルを“ おそく ”し、違和感のない速度レベルでお使いください。

愛情点検　長年ご使用の乗馬フィットネス機器の点検を！

こんな症状はありませんか？	
	●電源コードを動かしたときに電気が入ったり、切れたりしませんか。 ●本体・電源プラグ・電源コードがさわれないほど熱くなっていませんか。 ●電源コードにキズはありませんか。 ●異常なにおい（焦げるような）や音が出ていませんか。 ●触ると電気（ビリビリ）を感じることはありませんか。

このような症状のときは、事故防止のため、主電源を切り、コンセントから電源プラグを抜いて、必ず販売店に点検をご相談ください。